

# Módulo 1: Dependência de nicotina.

Por que as pessoas fumam?



**ENSP**

**Início**

## Após completar o curso você estará habilitado a:

01

Ter conhecimento sobre os aspectos psicológicos e físicos da dependência de nicotina (tabagismo).

02

Se familiarizar com a fisiopatologia associada à dependência de nicotina.

03

Entender os sintomas associados à abstinência e fissura que tornam o processo desafiador.



**Eu gosto de fumar**

**Me ajuda a relaxar**

**Faz parte da minha rotina**

**Me ajuda a pensar melhor**

**Me alivia do estresse**

**Fumar me estimula**




# Por que é tão difícil parar de fumar?

A middle-aged man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue shirt and a red and blue striped tie, stands on the left side of the slide. He is gesturing with his hands as if speaking.

Não.

Sim!

A middle-aged man with grey hair, wearing a black and white plaid shirt and blue jeans, stands on the right side of the slide. He has his hand to his chin in a thoughtful pose.

Falta de força de vontade ?

Vício e/ou dependência ?

# Por que as pessoas fumam ?

**Dependência de nicotina.**

**Abstinência & fissura**

**Fatores que influenciam o tabagismo & rotina.**

**Estilo de vida e saúde mental comprometidos.**





Atualmente, a maioria (60-70%) dos fumantes são dependentes de nicotina.

|                    |            |
|--------------------|------------|
| <b>Tábaco</b>      | <b>32%</b> |
| Heroína            | 23%        |
| Cocaína            | 17%        |
| Álcool             | 15%        |
| Estimulantes       | 11%        |
| Ansiolíticos       | 9%         |
| Cannabis (maconha) | 9%         |
| Analgésicos        | 8%         |
| Inalantes          | 4%         |



**A dependência  
de nicotina:**



Existem grandes variações no metabolismo da nicotina que afetam a cessação do consumo.

O metabolismo mais lento permite que o cérebro e o corpo atendam as necessidades da nicotina, com o:

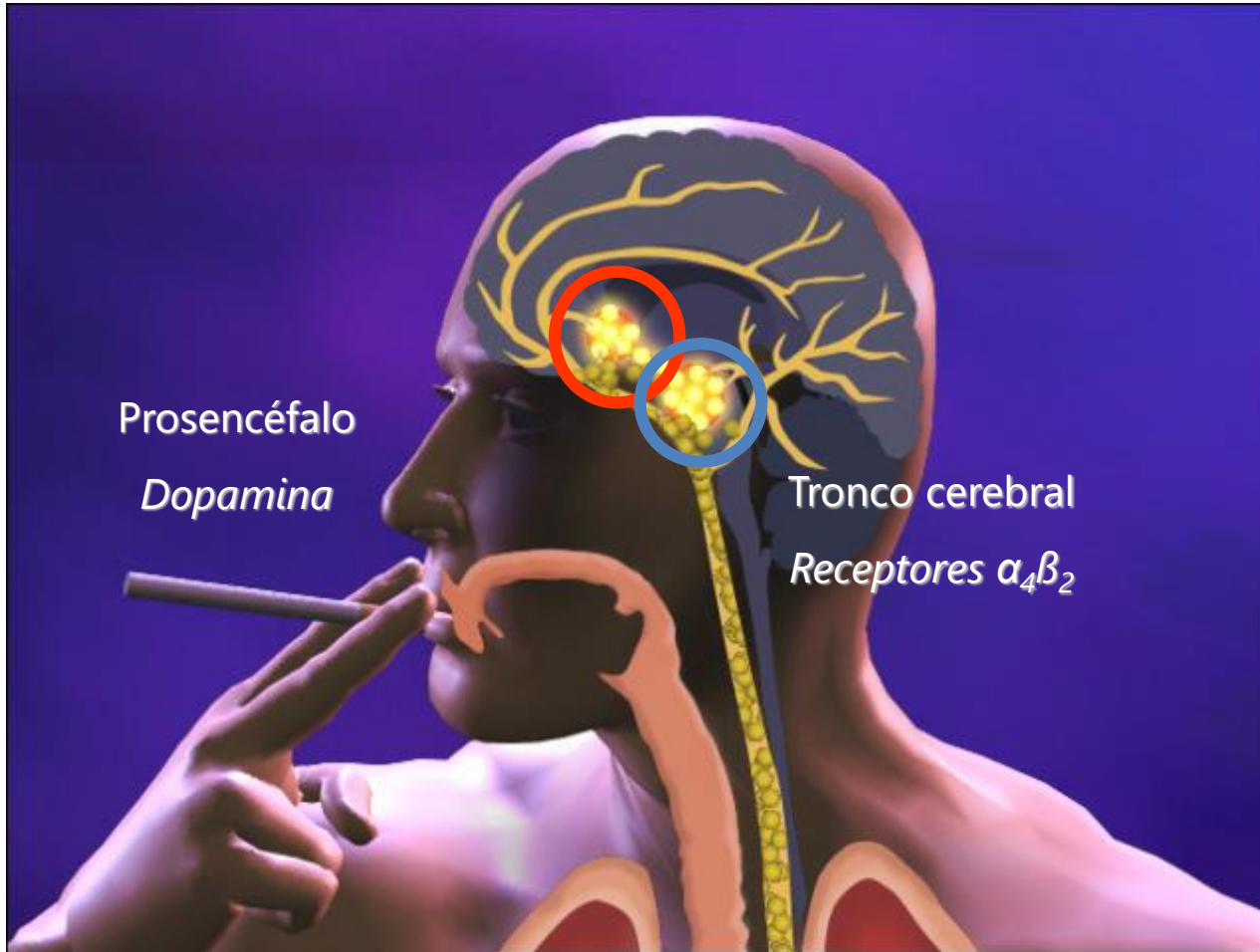
- ❑ Menor consumo de cigarros;
- ❑ Redução da intensidade de fumo;
- ❑ Redução dos sintomas de abstinência;
- ❑ Taxas de abandono mais altas.

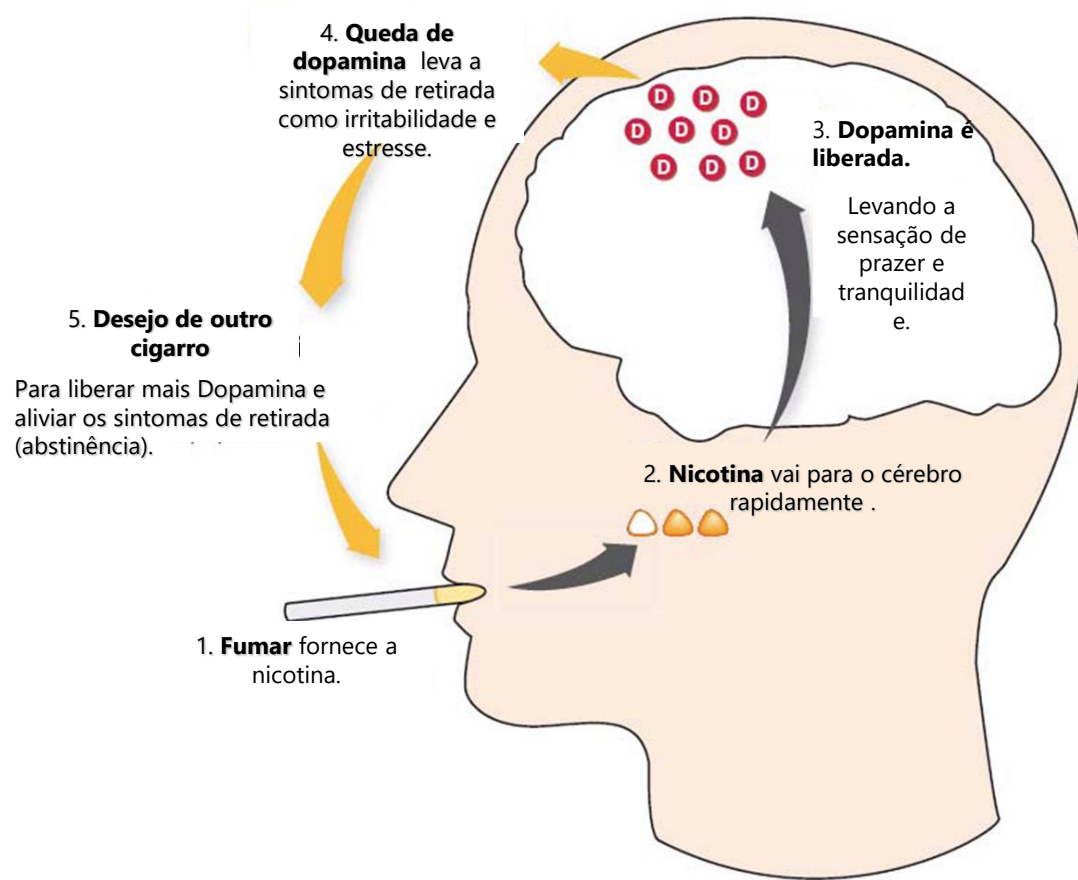


# Quais os químicos presentes no cigarro?

| Químico               | Onde é encontrado:                              |
|-----------------------|---|
| Acetona               | Tintas e removedor de esmalte.                  |
| Amônia                | Produtos para a limpeza de janelas e banheiros. |
| Arsênio               | Inseticidas.                                    |
| Benzeno               | Tinta e removedores de tintas.                  |
| Cádmio                | Baterias.                                       |
| Cianeto de hidrogênio | Veneno utilizado nas câmaras de gás.            |
| Alcatrão              | Asfalto.  |
| Mercúrio              | Termômetros.                                    |
| Monóxido de carbono   | Exaustor de carros.                             |
| Chumbo                | Tinta, baterias.                                |
| Tolueno               | Explosivos, borracha e adesivos.                |

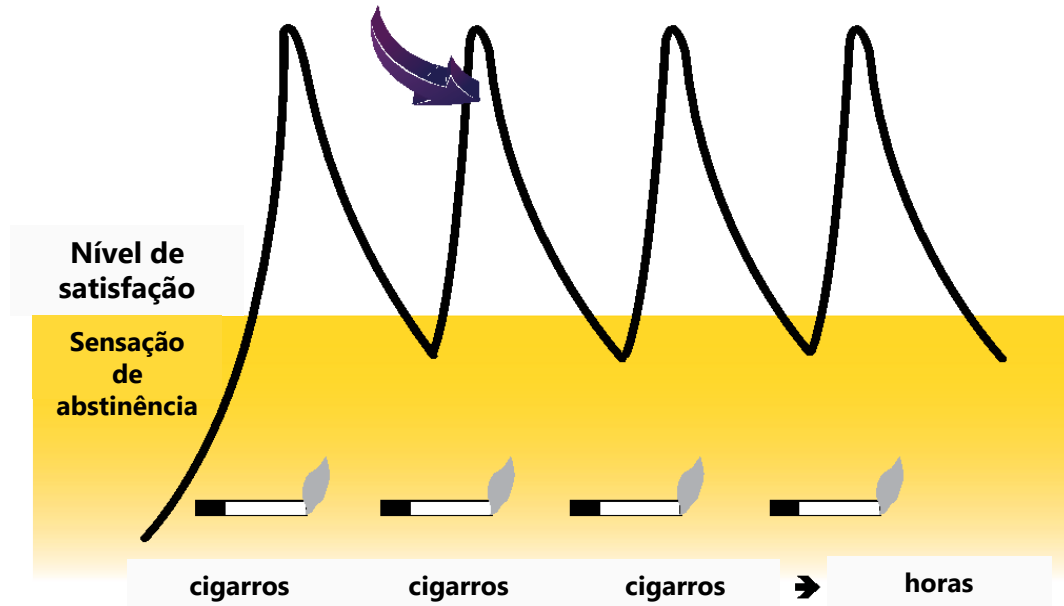








## Concentração de nicotina no sangue:





Sintomas de abstinência de nicotina aparecem tipicamente de 3 a 5 dias após de parar de fumar.



| Sintomas                       | Duração      | Prevalência |
|--------------------------------|--------------|-------------|
| Irritabilidade / agressividade | < 4 semanas  | 50%         |
| Sintomas depressivos           | < 4 semanas  | 60%         |
| Inquietabilidade               | < 4 semanas  | 60%         |
| Falta de concentração          | < 2 semanas  | 60%         |
| Aumento do apetite             | > 10 semanas | 70%         |
| Tontura                        | < 48 horas   | 10%         |
| Despertares noturnos           | < 1 semana   | 25%         |
| Constipação                    | > 4 semanas  | 17%         |
| Úlceras na boca                | > 4 semanas  | 40%         |
| Desejo ou vontade de fumar     | > 2 semanas  | 70%         |

# Rotina & fatores que influenciam o consumo de cigarro:



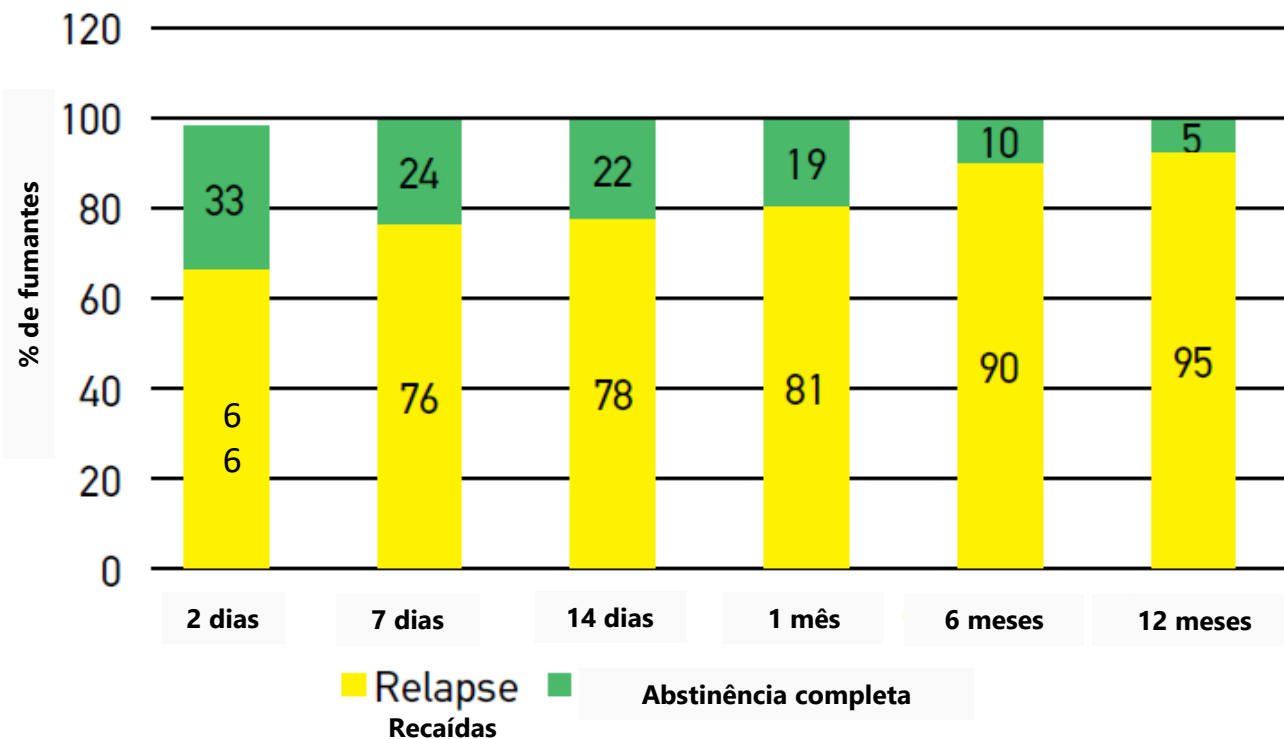


Muitos dos usuários de tabaco, o utilizam para ajudar a aliviar o estresse ou problemas de humor.



A dependência de nicotina é uma  
condição recidivante crônica.

# Gráfico de recaída no primeiro ano – sem ajuda profissional:



**Não há nada mais poderoso que você possa fazer para o seu paciente que fuma que ajudá-lo a parar de fumar.**